

台灣中分團

張傳慧

四月份

4月15日 靈修交談

出席：善瑜、靜芬、淑雯、靚琦、梓棕、彧璇、旻潔、後生、正倫、彩瓊、俊堯、太長、漢璽、欣芸、保堂、傳慧等 16 人

此次月會為疫情後第 1 次實體的靈修交談，考量部分團員對於靈修交談進行的方式較陌生或不熟悉，主持人善瑜於月會前即積極籌畫與事前準備提供相關材料(文章:與劉家正神父談依納爵神操)，供團員們閱讀與複習。月會當天分兩組進行，分別由善瑜與靜芬帶領，在三輪進行後，各組協調人總結分享如下：

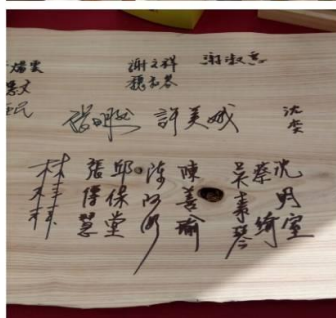
- 1.善瑜：我們走入曠野，逾越自己，走向高山，與志同道合的同伴彼此同行，奉獻我們的能力，結伴成聖。
- 2.靜芬：神操可以幫助服務團的團員走出慣性、有意識地生活，邀請天主聖神進入自己的生活中、與主同行，不管是對自己、家人或團體的服務工作，都很有幫助，活出「更」的精神，愈顯主榮！

操練後，團員們感覺很享受其中參與且專注聆聽的過程，如同身處曠野，學習完全交託、放鬆，讓天主聖神帶領，也臨於團體共融中。



4月16日 恭榮校長帶領公東高工學生至台中巡迴展售

公東高工於4月14日至23日至台中總太共好超市辦理木製家具巡迴展售會，恭榮於展售前三天陪同學生們一起巡展，中分團家人們：靚琦、梓棕、善瑜、明室、蔡綺、沈奕、保堂、傳慧等也陸續至會場參觀，欣賞感受孩子們巧手的工藝創作，參觀後感謝明室請參訪家人們一同享用好吃的土雞大餐。



4月30日 美加小組潘石虎單車行至台中

石虎大哥來台參加4月29日至5月7日單車環島的9天旅程，於4月30日行至台中，當日適逢主日，石虎大哥到逢甲大學的立德中心，除了看看梅君姊特別懷念：已故的馮允文神父及康念慈老師外，也與學生、教友、團員們一起享用由明室負責掌廚的晚餐共融。為了讓石虎大哥對立德中心有更深刻的認識了解，善瑜特別準備並介紹立德過往意義非凡的歷史內容及說明。主日彌撒前，聖采琪樂團的蔣宛瑾老師與寶貝兒子也前來提琴演出歡迎石虎大哥的蒞臨。



五月份

5月20日 新竹教堂朝聖行

感謝天主，期待已久的新竹朝聖之旅，在梓棕事前的安排規劃下順利出遊，原本前一天的滂沱大雨，當天是天晴氣爽。首站參觀峨嵋天使教堂，駐點的南屯堂教友念慈特別詳細解說教堂的傳奇故事，讓大家深刻體會到天主聖神在天使教堂的巧妙安排與做工。中午享用當地別具風味的客家私房料理，餐後至舊峨嵋教堂參觀並享用已先預訂的窯烤土司與咖啡。下午輕鬆逛行北埔老街，體會老街中復古的氛圍與涵養。回程前則參訪北大教堂，在教堂傳協會熱情歡迎介紹與招待中，讓大家更認識歷史悠久的主教座堂。此行久未見面的單耀發執事與美蓮姊夫婦也一同參加，這次的朝聖饒富知性與天主恩寵且輕鬆愉快。





5月11日 中分團第二讀經小組第二階段開始

中分團以靈修交談方式進行的讀經小組，已於4月27日完成馬爾谷福音的閱讀，第二階段將閱讀分享林思川神父「就恩的故事系列」，參與家人除古修女、明室、善瑜、慧玲、靜芬、旻潔、素欣、傳慧外，第二階段有麗蘋新成員的加入，計9人，一同認識與分享天主聖言。



5月26日至28日 復活期避靜

古修女帶領家人們的復活期避靜，有巧玲、南儀、華珍、黛麗、靜芬等5位在環境清幽的靜山，享受三天兩夜的天主聖宴。



5 月 28 日 恭喜聿耘領受堅振聖事

梓棕與靚琦的次子聿耘於主教座堂與堂區教友青年，在台中教區蘇主教主禮中一同領受堅振聖事。贊助團員後生也在此次禮儀中擔任青年的代母。



六月份

6 月 10 日 范毅舜「老家人」新書分享會

攝影家范毅舜於5月起在全省各地陸續辦理「老家人」攝影文集新書分享會，中部場則與中分團合作，於上智社教研究院舉行。此次分享會特別邀請李驊神父主持，參加人數近

40位，中分團家人則有巧玲、太長、南儀、靜芬、華珍、保堂、後生、黛麗、天麒、舒玉、欣芸、蔓蔓、傳慧等人參加。范毅舜分享三十年前回老家攝影與現今的對比，真摯表露庶民的寫真紀事與感受歲月的流逝變化，且領悟莊子〈知北遊〉「天地有大美而不言，四時有明法而不議，萬物有成理而不說」之奧義。整本文集印刷精美且編排細緻，令人翻閱愛不釋手，很快即搶購一空，蘇耀文主教也於百忙中抽空參加分享會。感謝南儀事前設計宣傳活動海報，協助行銷。



2023 聖週朝聖—Camino 恩典之路

劉黛麗

The Camino of Life...

“If you could see the journey whole you might never undertake it; might never dare the first step that propels you from the place you have known toward the place you know not.”

Jan Richardson Circle of Grace

始終相信！我一定會踏上 Camino 朝聖之旅，儘管工作異常忙碌，變數又多，生活的步調快得不得了，我仍滿懷盼望。直到南儀遞給我保羅·科爾賀(Paulo Coelho)所著《朝聖》(The Pilgrimage)一書，邊讀邊感嘆自己多麼地膚淺，這才恍然大悟，內心的憧憬都是來自電影……

正當我滿心欣喜、笑盈盈地迎接「准假」的令牌時，一如保羅的手一觸及劍鞘，準備取它時，師父走過來用全身的力量踩在手指上，痛得只能鬆開手，眼睜睜地看著它被甩到半空中，逼得我改以開展的雙臂承接掉下來的「工作」。

沒錯，我就是「抱著」工作，一路從辦公室、家裡、計程車、客運、桃園機場、吉隆坡轉機，不停地講電話(找插座孔+充電)，蒐集資料，梳理案情，釐清爭點，振筆疾書，產出新聞回應稿。緊接著一如既往，回應長上的提問，調整及修改內文，逐級奉准後交新聞局審閱；然後再來一圈 QA、修稿、整稿、校稿，最終發稿。等等，還沒完，因為稿發出去後，會有更多的 Q&A……直到我拖著疲憊的身軀「轉進」阿布達比，懷裡的「工作」頓時消失得無影無蹤，時空瞬間歸零(凌晨)，我跌坐在候機室的長椅上，腦中一片空白。

口令：「你不需要爬一座山才知道它高不高。」

密語：「船在港中最安全，不過這不是造船的目的。」

糊裡糊塗地通關了，南儀已經先一步幫我準備了「海扇殼」，取得了朝聖之路「護照」；終於完成了，我的心一鬆，直挺挺地倒臥在床上，呼呼大睡了。



4月1日一大清早，黑夜籠罩大地，聖週苦路起步走，朝聖去也！迎面而來的是細雨霏霏，踩蹬著號稱保暖、排汗、防水、零滲透的澳洲美麗諾羊毛襪及法國 Palladium 軍靴，無懼天空不作美，只是屎、尿、餵水、食物發酵、爛泥、腐敗以及其他說不出來的臭味和怪味撲鼻而來；這還不打緊，更糟糕的是，三仇一路隨行。儘管身著雨衣，肩背行囊，襪、靴與腳踝的摩擦導致皮膚起了水泡，鏡面上掛滿

了雨珠，模糊了視線，我還是急切地查看各工作群組的 line，像著了魔似地企圖「面對問題，解決問題」。

突然耳邊傳來南儀叫喚我的聲音，她要我向後轉身留下倩影，因為這裡的風景真美。是嗎？我渾然不覺！人在 Galicia 景緻秀麗、綠意盎然的丘陵地形踽踽而行，卻念想著千里之外的校安事件該如何回應，掛記著被丟下的工作該如何完成，真是夠了！我想起了保羅進入「傳統」神秘教會的堂奧中的種子練習：「放輕鬆，釋放所有的緊張。平靜地深呼吸。逐漸地察覺自己是一粒小小的種子，安居在舒適的土壤中。」我的身軀隨著上坡、下坡跨大的步伐擺動，揮甩著四肢前行，感覺到自己在長、長、長，變得好巨大；步行的速度也在快、快、快，關節、肌肉也越來越疼痛難耐，屬於我的這顆種子的胚乳裡隱藏著自責、內咎、自我批判、自以為是、驕傲與失望的 DNA……，俯首跪地，身體往前彎，打回到一粒小小種子的原形，保持胚胎的姿勢，就讓 Galicia 的雨水、陽光、和風滌淨我吧！



我跪在地上開始練習，四周的每樣東西都是溫暖而美妙的。一會兒，手指抖動了，有如嫩芽衝出泥土般地，臂膀朝上向著陽光伸展；接著是腳，慢慢地站起來，直起身子，抬頭挺胸，張開雙眼……A Long and Winding Road & A Whole New World & Unknown Future!

換穿著南儀大姊的運動鞋，擺脫惱人的打腳，讓我健步如飛，一如既往。習以為常就成了習慣，在職場上，成天不假思索地時間管理、目標導向、追求效率、展現績效。而保羅的嚮導派特魯斯笑看我們這些習於把生命變得很複雜的人，「速度練習」根本沒有什麼價值。可是促使人能夠達成任何一件自己想做的事，卻正是這種簡單的靈修生活，以平日走路速度的一半走二十分鐘，留心各種細節、人們和周遭環境，幫助我們萃取出日常所見、卻因例行公事，變得視若無睹的事物的秘密。不過，要如何看待此事，還是操之在己。



我注意到 Ourense 以後的鄉村支道或森林小徑，沿路上的小教堂幾乎都是大門深鎖，《我要見天主》的渴望始終在心裡盤旋；於是，舉步維艱地抬起腿來爬上階梯，把每扇門都敲一敲、推一推…聞風不動，堅若磐石。既然進不了門，見不到祭台，無法向耶穌請安，只好轉身眼觀四面、耳聽八方，搜羅戶外庭園、鄉村聚落，仔細端詳矗立在戶外的十字架、鐘樓、石墓，教堂周邊的民宅、糧倉、磨坊、噴泉、牛舍、馬廄，牆面的雕刻斑駁脫落，圖像花紋模糊不清，看起來年代久遠，儘管歷盡滄桑，哥德式建築外型依舊，玄武岩、花崗石仍屹立不搖，懷想中古世紀熙來攘往的人群，空氣中彷彿依稀散發著聖、聖、聖的味道。



我嘆了口氣自責道：「唉！真糟糕，先沒好好做功課。」南儀笑著說：「哪有時間啊！」繼續走吧。仁慈的天主「已讀」我們的心意，還真讓我們碰上了一座看起來好古老、好陳

舊、好有歷史感的大教堂，眼見大門敞開，急忙往前衝；一位青春美少女站在門口正為朝聖者的護照蓋戳章，笑問我從哪裡來，我輕聲低語並取回護照後，向她示意進堂祈禱。一踏進門檻即穿越至「另一種意境」的聖殿，我俯身、屈膝、蹲跪，雙手合十，微微顫顫的膝蓋頂在赤裸裸的跪凳上，那才叫硬碰硬呀。溫柔美麗的小姑娘近身細語，遞過來兩張以書套保護的中西文對照翻譯筆記本，簡單介紹這座古老的教堂歷史，真是如獲至寶，體貼入微！霎那間，我彷彿見到了聖殿裡雪花聖女的容顏，感受到她優雅的神韻。

無論是古代住在伊比利半島的凱爾特(Celts)，或是後來征服西班牙的摩爾人(Moors)、羅馬人(Romans)，這條路已經在他們的生活裡傳述著各自的意義。那時，可能有古羅馬帝國的神廟，後來成了遺跡，而朝聖者絡繹不絕於途。在以後的基督徒眼中的異教徒的走向神聖的舉動，深深地影響了基督徒把神聖的絕美嚮往，化成可追尋的朝聖行動，而這些信仰遺跡仍然深鑿在整個旅途中的大千景致裡。到了十二、三世紀，傳教士、商旅、牧民、農人、地主……，還有身背簡單行囊、手執長杖的朝聖客，或步行，或騎馬或驢，在 Galicia 穿梭往來，朝向共同的目標康波史泰拉的聖狄雅各(Compostela de Santiago)匯聚。



二十一世紀的今天依然如此。這條路貫穿古今，早已超越了宗教的範圍，讓更多的人慕名而來，或旅遊，或徒步健行，或單純的只為了挑戰體能。是的，就是單純！只要存渴望，只要有意願，即可穿越喧囂擾攘直達怡神靜逸，擺脫紛紜雜沓迎來寧靜祥和；不必是聖人，任何人都可以走，單純的路正是通往天主的國的道路。這條路向我們呈現過往，指向未來，活在當下，成為永恆，這就是信仰的本質！當我浸淫在古樸堅實的教堂建築與絢麗奪目的禮儀空間，參加彌撒，高聲讚美，互道平安，領受聖體，何嘗不是親炙與見證了時間與歷史，生活與藝術；而在承載著歷久彌堅的信仰，迴盪著生命意義的神聖空間裡，總是讓我

之所是的基督徒生活更加鮮活、靈犀、剔透。

「前往聖狄雅各之路的朝聖之旅，只要上路，經過歷練，都能得到智慧、有所領悟。」我意識到我終於千真萬確地走往聖雅各之路，我的心在哪裡，主基督就在那裡，天主聖神臨在我們中間。我想起保羅來到這裡為了尋找他的劍，並且學習「雷姆」修行。嚮導派特魯斯卻告訴他「要學習將『雷姆』之道和自己的直覺結合在一起，心靈的語言將決定找到劍的最佳方式並教導他如何善用這把劍。」以水的練習喚起直覺，不要有任何承諾或目的，也不要尋求實際的結果，只要全盤的凝視與相信。我沒有潑灑背包裡環保瓶裡的水，只是慢慢地捧起酸疼的雙腿，靜靜地坐在溪邊的長板凳上，聆聽流水聲淙淙，樹林中知更鳥鳴啾啾，野地裡的百花綻放，陽光迤邐，春風拂面，令我通體舒暢，心曠神怡。這些是創造與世界溝通的新符號，是靈魂的密碼，是我知道卻鮮少使用的語言。「不是語，也不是言，是聽不到的語言；它們的聲音傳遍普世，它們的言語達於地極。」(詠 19：4-5)

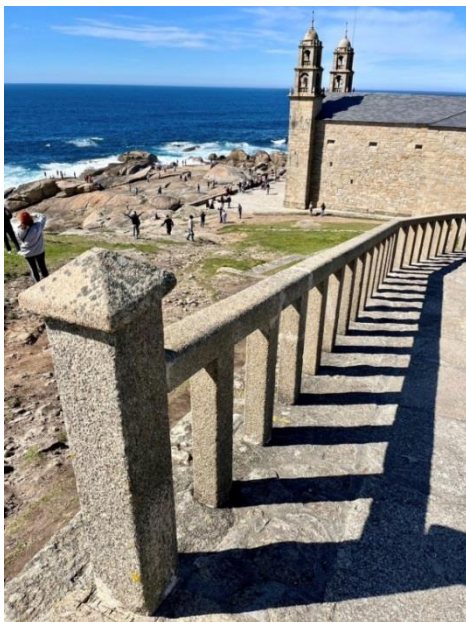


聖週五的午後，風塵僕僕地來到南儀心心念念的「0公里」Fisterra 燈塔，Camino 的終點，也是起點。這裡地處歐洲最西端，瀕臨大西洋與卡塔布里亞海，與葡萄牙接壤，被稱為歐洲的「天涯海角」。開闊的海域與險峻陡峭的海岸共同勾畫出 Galicia 曲折的輪廓，景致迷人。在藍天白雲的襯托下，滔滔浪花，海天一色，波浪兼天湧，力道之大不容小覷，衝擊力之強，令人驚心動魄。然而，在風起雲湧的一隅，一座有如修道院般的教堂，拔地擎天豎立在眼前，雄奇壯麗，挺直昂立，令我歎為觀止。正當我的內心不斷地驚呼、詠嘆、讚美、稱謝古聖先賢、隱士僧侶的仁愛、喜樂、平安、忍耐、良善、溫和、忠信、柔和、節制(聖神的果實)、智慧、勇毅，以及對天主的熱忱、恆久遠的愛；傾刻間，一道皓光照射在修道院的外牆上，像似幻化成了點燃生命之火，使我渾身上下、從裡到外充滿愛與幸福，感覺到特別地寧靜與祥和，就像在大海裡浮潛般地空靈與輕盈，完全浸潤在祂的慈愛中！



天主聖神求祢降臨，從至高的天庭，放射祢的光明，我張開雙臂，閉上雙眼，讓神聖的火燄充滿我；讓主耶穌的愛流動，滌淨我的污穢，釋放我的束縛，醫治我的創傷，滋潤我的憔悴。「主耶穌，我信賴祢！」求祢扶助並賜予豐富的恩寵，施以慈愛的照顧；求祢賞給我修德的能力，賜我善終的洪恩，施予永福的歡欣。願光榮歸於父、及子、及聖神；就是歸於那今在、昔在、及將來永在的全能者，我們的上主天主，阿們！

2023年6月4日 天主聖三節



每天與耶穌促膝談心

陳善瑜

前言

教宗在今年（2023年）4月23日、復活期第三主日，為伯多祿廣場上的三萬名信友講解當天的福音：厄瑪烏門徒的故事，並在該經文背景下，說明依納爵的靈修操練：意識省察。翌日，黛麗在中分團群組傳了天主教通訊社（Catholic News Agency）的報導，標題是：「告訴耶穌每件事（Tell Jesus everything）」

<https://www.catholicnewsagency.com/amp/news/254159/pope-francis-tell-jesus-everything>

閱讀之後非常興奮，覺得是一篇值得分享的好文，於是嘗試翻譯成中文，但過程中遇到困難，後來在鳳梧姐的敦促之下，略過障礙，持續進行。我在梵蒂岡網站找到兩份文件，一是內容較為簡略的中文版：教宗天皇后喜樂經：協同耶穌，失敗變成為前行的步伐

<https://www.vaticannews.va/zht/pope/news/2023-04/pope-francis-regina-coeli-catechesis-apostolic-zeal.html>

另一是英文版，幾乎是當天教宗發言的逐字稿：POPE FRANCIS， REGINA CAELI， Saint Peter's Square， Sunday， 23 April 2023

<https://www.vatican.va/content/francesco/en/angelus/2023/documents/20230423-regina-caeli.html>

教宗的發言稿比起經過記者編輯後的新聞稿，更有脈絡，更原汁原味。因此借助ChatGPT，摘譯其中與意識省察有關的部分，願這譯文有助於主內兄弟姊妹的靈修生活。感謝黛麗、感謝鳳梧姐、感謝方濟教宗、感謝天主！

在復活期第三主日，福音敘述了復活的耶穌與厄瑪烏門徒相遇的故事（路加 24:13-35）。這兩個門徒，已經對老師的去世感到絕望，於是決定在逾越節那天離開耶路撒冷回家。也許他們有些不安，因為他們聽到幾位婦女說，墓穴是空的……，但他們還是離開了。當他們走著、傷心地談論所發生的事情時，耶穌出現在他們身旁，但他們沒有認出他來。耶穌問他們為何如此傷心，他們回答說：「獨有你在耶路撒冷作客，不知道在那裏這幾天所發生的事嗎？」（18節）。耶穌回答說：「什麼事？」（19節）。他們告訴他整個故事，耶穌讓他們把整件事講一遍給他聽。然後幫助他們以不同的方式重新詮釋，以先知的預言、天主的聖言、以及向以色列人民所宣講的一切，來光照這件事。「再讀一次」：就是耶穌為他們所做的，幫助他們對整件事情重新回顧一遍。讓我們深思這一點。

對我們來說，與耶穌一起重新閱讀我們的歷史也很重要：我們的生命故事，某段期間的

故事，我們近日的故事，包括其中的失望和希望。我們也像那兩個門徒一樣，面對所經歷的事情，往往不識真貌，感到孤獨和不確定，充滿疑問、擔憂和失望等等。今天的福音邀請我們坦誠地向耶穌訴說一切，不要害怕打擾他：他會傾聽，不必怕說錯話，也不必因我們的愚鈍而感到羞愧。當我們向他敞開心扉，主會感到快樂。只有這樣，他才能拉著我們的手，陪伴我們，使我們的心再次火熱起來（路加 24:32）。因此，像厄瑪烏門徒一樣，我們被呼喚與耶穌共度時光，在夜晚降臨時，讓他與我們同在（路加 24:29）。

今天我想向你們建議做到這點的好方法：每天晚上抽出一些時間進行簡短的意識省察（examination of conscience）。關鍵的問題是，今天在我內心發生了什麼？這是與耶穌一起再次回顧這一天（rereading the day with Jesus）的關鍵，將我這一天的生活再次閱讀一遍：敞開心扉，將人、選擇、恐懼、失敗和希望帶給耶穌，告訴他所有發生的事情；逐漸學會用不同的眼光看待事物，用他的眼光，而不僅僅是我們自己的眼光。這樣我們可以重新體驗那兩位門徒的經歷。在基督的愛面前，即使是看似疲憊和不成功的事物也可以呈現另一種光芒：一個難以接受的十字架、原諒冒犯的決定、錯失的彌補機會、辛勞的工作、代價高昂的真誠，以及家庭生活的考驗，這一切都可以以新的光照——耶穌受死與復活的光照——出現在我們眼前，他知道如何將每一次的跌倒轉化為向前邁進的步伐。但為了做到這一點，重要的是放下我們的防衛（drop our defences）：給耶穌留出時間和空間，不對他隱瞞任何事情，將我們的苦難帶給他，讓自己被他的真理傷害，讓我們的心在他的聖言中顫動。

我們可以從今天開始，每天晚上抽出一點時間祈禱，反省自己：我這一天如何？其中有什麼喜悅？有什麼悲傷？有什麼日常？今天怎麼過的？發生了什麼事情？這一天有什麼可能被我忽略的珍寶需要感恩？我所做的事情中有一點點愛嗎？我所經歷的失敗、悲傷、疑惑和恐懼，都該帶給耶穌，讓他為我開闢新的道路，舉起我，鼓勵我。願上智的母親瑪利亞幫助我們，認識與我們同行的耶穌，再一次閱讀——這就是關鍵：再一次閱讀——我們生命中的每一天。

後記

翻譯完了，看完了，接下來就要去做。我為自己祈求，也為所有看完這篇文章的人祈求，祈求天主聖神的帶領與推動，讓我們每一天都保留一段與耶穌促膝談心的時間，坦率地將內心的喜怒哀樂、羞愧與悔恨帶到耶穌面前，聆聽祂，以祂的眼光重新回顧這一天。讓耶穌改變我們，讓我們更肖似祂。